AOBA 11月号 No.349


青葉区マスコットキャラクター なしかちゃん

編集・発行 青葉区役所広報相談係　〒225-0024　青葉区市ケ尾町31-4
☎045-978-2323(代)・2221(直)　fax045-978-2411　WEB 横浜市青葉区 検索
区の人口 306,815人　世帯数 136,577世帯 2026年10月1日現在

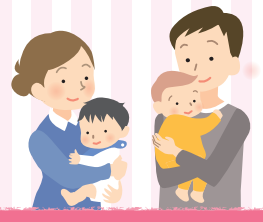
カタログポケット

青葉区公式X @yokohama_aobaku

特集

あなたの力を子育て支援に生かしてみませんか?

青葉区では、「誰もが安心して出産・子育てができるまち」を目指してさまざまな取組を行っています。今回は、「青葉区地域子育て支援拠点ラフール」が行う子育て支援の取組の一部を紹介します。



ラフールとは

親子の交流・相談・情報提供等を行う、地域の子育て支援拠点です。
いつでも見学可能です!

その1 ご存知ですか?「あおば子育て応援団」

地域で子育てを応援したい人と子育てをしている人をつなぐシンボルマークです!







「あおば子育て応援団」ストラップ



はじめは他人でも、挨拶すれば知人に、知人が友人にと、どんどん距離は縮まります。このマークが会話のきっかけとなることを願い、2021年に作成されました。このマークを身に着けることで、「子育てを応援しています」という気持ちを伝えることができます。

ラフールでは、子育てを応援してる青葉区民の皆さんへ、ストラップやステッカーを配布しています。あなたも「あおば子育て応援団」の一員になりませんか?

その2 提供会員が不足しています! できるときにできることを。「横浜子育てサポートシステム」

お子さんの預かりや送迎を行う提供会員として、「横浜子育てサポートシステム」に参加しませんか?「子育て中にちょっと誰かに手伝ってほしい」そんなときに、地域の子育て家庭を支える有償ボランティアとして活動していただきます。



- コーディネーターが活動をサポートします!
- 事前打合せもあるので安心です。
- 提供会員同士の交流の機会もあります!



入会説明会に参加(要予約)

ラフール〈青葉台〉
(1階 安全安心ステーション)
11月13日(金)・19日(木)、12月5日(土)
各10時～11時30分

たまプラーザ地域ケアプラザ
11月20日(金)10時～11時30分

ラフールサテライト〈市ケ尾〉
11月27日(金)10時～11時30分

区役所1階福祉保健センター
12月3日(木)10時～11時30分

提供会員予定者研修

①集合研修
日時 12月12日(土) 9時30分～16時40分
場所 区役所福祉保健センター

②eラーニング研修
インターネット経由で研修を視聴(約17時間)

※①②両方の研修を受講する必要があります。

登録

問合せ

シンボルマークや子育て支援の取組について
地域子育て支援拠点ラフール ☎045-981-3306
地域子育て支援拠点ラフールサテライト ☎045-979-1360

横浜子育てサポートシステム
青葉区支部専用電話 ☎045-482-5518
制度の詳細等はこちらをチェック!

問 子育て支援担当 ☎045-978-2456 fax045-978-2422

GREEN×EXPO 2027 YOKOHAMA JAPAN
2027年国際園芸博覧会
2027年3月～9月 横浜・上瀬谷
©Expo 2027
公式マスコットキャラクター トゥンクトゥンク

横浜グリーンエクスポ100日前記念イベント開催

日時 12月5日(土)10時～15時　**会場** たまプラーザ テラス

GREEN × EXPO 2027 YOKOHAMA JAPAN　2027年国際園芸博覧会　2027年3月～9月 横浜・上瀬谷　©Expo 2027

めぐって発見!なしかちゃんを探せ!スタンプラリー

時間 11時～15時

会場にちりばめられたチェックポイントをまわるスタンプラリー。
全てのポイントを巡ってエクスポグッズ(数量限定)をゲット!

会場でなしかちゃんを探してね！



スポGOMI大会 in YOKOHAMA AOBA 2026

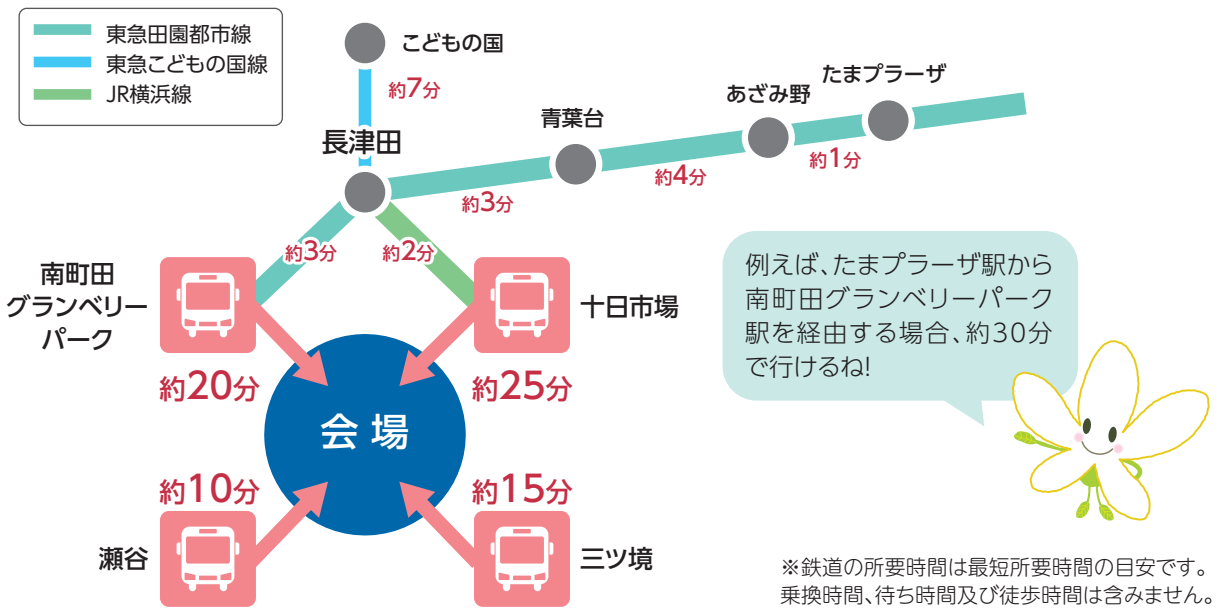
時間 10時～12時

スポーツごみ拾いイベントも開催! 詳細はこちら!
※要事前申込み

エクスポコラム

青葉区から意外と近い? エクスポ会場へのアクセス

会場は青葉区からも行きやすくなっています。4つのシャトルバス発着駅があり、青葉区からは、南町田グランベリーパーク駅か十日市場駅経由が便利!
ぜひ計画を立ててみてください!



例えば、たまプラーザ駅から南町田グランベリーパーク駅を経由する場合、約30分で行けるね!

※鉄道の所要時間は最短所要時間の目安です。
乗換時間、待ち時間及び徒歩時間は含みません。

- シャトルバス利用、会場入場には、チケットの事前購入と日時予約が必要です。

シャトルバス予約サイト　チケットサイト

- シャトルバス運賃

	大人	小児
一般	200円	100円
障害者割引	100円	50円

問 企画調整係　☎ 045-978-2216　fax 045-978-2411

その悩み、相談できます。

ひとりで抱え込まず、ご相談ください。

ご存じですか?
生活困窮者自立支援制度

仕事のこと
- 仕事が見つからない
- 仕事が長く続かない
- 仕事の探し方や応募書類の作成が不安



お金のこと
- 家計が苦しい
- 借金がある
- 滞納している



家族のこと
- ひきこもり状態の家族のことが心配



将来への不安
- 先のことが心配
- 何から取り組んだらよいか分からない



「生活困窮」と聞くと、お金の困りごとをイメージされがちですが、
社会的孤立や**生活の不安**などさまざまな悩みが対象です。

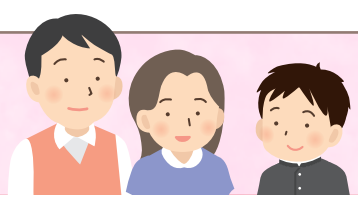
生活支援課が一緒に考え、必要な支援につなぎます。

※生活困窮者自立支援制度の利用申込が必要です。

就労のサポート
- 仕事探しの支援
- ハローワークと連携
- 就労準備支援　など

家計のサポート
- 家計見直し支援
- 利用できる制度や支援の案内
- 債務整理や法律相談のサポート など

関係機関との連携
- 地域ケアプラザ
- 社会福祉協議会
- ひきこもり支援機関　など



ご本人だけでなく、ご家族からの相談も受け付けています。

問 生活支援係(区役所3階65番窓口)
☎ 045-978-2446　fax 045-978-2416

第13回 青葉区民マラソン大会

開催日時 11月29日(日)雨天決行(荒天中止)
競技時間 9時5分～10時15分
規制時間 8時30分～11時頃
表彰式 10時30分頃から(会場:区役所第1駐車場)
会場 青葉スポーツセンター
(スタート・フィニッシュ:区役所第1駐車場)
※公共交通機関でお越しください。
当日開催の有無 青葉区WEBで公表▶

交通規制にご協力ください!

11月29日(日)8時30分～11時頃、コース及び周辺道路の一部で車両(バイク含む)通行止めを実施します。
ご迷惑をおかけしますが、この間の車両通行はご遠慮ください。やむを得ず通行する場合は、う回路のご利用をお願いします。

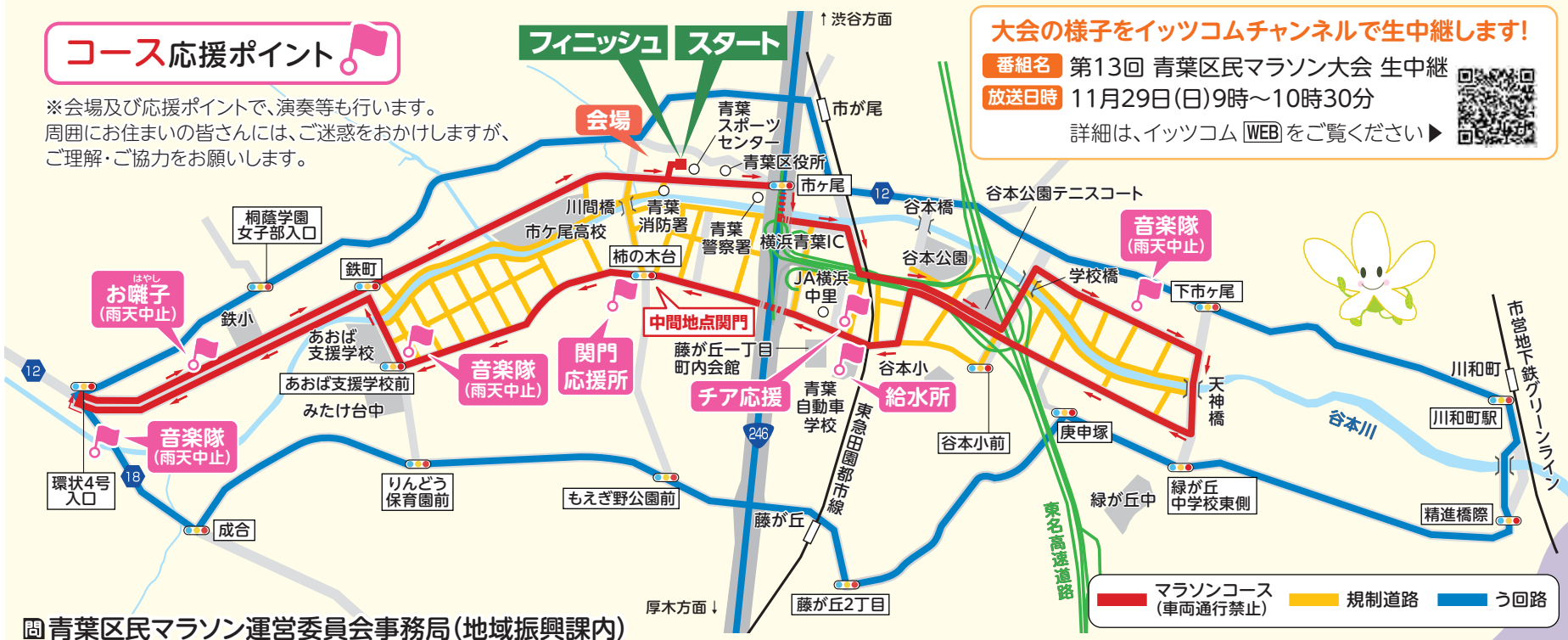
主な交通規制区域
① 横浜上麻生(かみあさお)道路(市ヶ尾交差点～環状4号入口交差点)
② 谷本(やもと)小前交差点～あおば支援学校前交差点
③ ①・②に交差する道路全て
※柿の木台・みたけ台方面と市ケ尾町方面の横断は、国道246号をご利用ください。

青葉区総合庁舎駐車場の利用制限

大会実施に伴い、第1駐車場を封鎖します。
<第1駐車場>11月27日(金)17時～
29日(日)15時 全面封鎖
<第2駐車場>通常営業

コース応援ポイント

※会場及び応援ポイントで、演奏等も行います。
周囲にお住まいの皆さんには、ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。



大会の様子をイッツコムチャンネルで生中継します!

番組名 第13回 青葉区民マラソン大会 生中継
放送日時 11月29日(日)9時～10時30分
詳細は、イッツコムWEBをご覧ください▶

問 青葉区民マラソン運営委員会事務局(地域振興課内)
☎045-978-2294　fax 045-978-2413(大会当日は☎045-978-2295へおかけください。)

これで税金の支払いも安心♪

こんなにも便利になりました!

問 収納担当
☎045-978-2275
fax 045-978-2415

口座振替に軽自動車税が追加されました!

インターネットを利用して24時間いつでも口座振替の申込みが可能です!

※対象税目は、市県民税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税(土地・家屋、償却資産)、軽自動車税です。

横浜市 市税の納付方法 検索
※申請書で申込みも可能です。

たった3ステップで口座振替が簡単登録♪

1. 納税通知書とキャッシュカードか通帳を用意
2. スマホ、Webで申込みページを検索!
3. 税の種類別に入力して完了!



スマホで読み取るだけ!簡単納付♪

スマホで二次元コードを読み取ってクレジット納付



納付書に印刷されたeL-QRやeL番号(「収納機関番号」「納付番号」等)を使って、スマホやパソコンから納付が可能です!

スマホでバーコードを読み取ってスマホ納付



納付書に印刷されているバーコードを読み取り、対応決済アプリ(〇〇ペイ等)で納付が可能です!

※一部アプリでは決済手数料が発生します。
※領収書が発行されません。領収書が必要な場合は、金融機関又はコンビニエンスストアの窓口で納付してください。

青葉区オリジナル!いつでもどこでも納付書の再発行!

青葉区だけのサービス!

電子申請システムを利用して納付書の再発行♪

スマホで簡単申請!
ほぼ1分で完了!

詳細は「横浜市青葉区 オンライン申請」で検索
横浜市青葉区 オンライン申請 検索

11月は市民の読書活動推進月間!

青葉区に広がる「りんごの棚」

「りんごの棚」ってなあに?

障害の有無にかかわらず、誰もが楽しめる図書を集めたコーナーを「りんごの棚」と呼びます。1993年にスウェーデンの図書館で始まり、世界各地に広がっています。

こんな本があります!

LLブック
易しい言葉やイラストを用いて、分かりやすく書かれています。

大活字本
文字の大きさや行間を調整し、読みやすくなる工夫がされています。



※施設によって置いてある本は異なります。

点字図書
文字だけでなく、絵の輪郭や図がさわって分かる点訳絵本もあります。

さわる絵本
いろいろな素材を用いてできた本で、みんなで一緒に楽しむことができます。



「りんごの棚」区内設置施設はこちら

- 山内図書館
- 男女共同参画センター横浜北★
- 地区センター
  [美しが丘西、大場みすずが丘、藤が丘、若草台、奈良]
- コミュニティハウス
  [山内★、すすき野★、荏田★、荏田西★、みたけ台★
  青葉台、さつきが丘★、桂台★、鴨志田★]

(★は令和8年度に新設予定の施設)

各施設の詳細は、下記の
青葉区読書施設ガイドを参照してください。



お知らせ 「青葉区読書施設ガイド 本と出会える場所」を作成しました!

青葉区には、山内図書館のほかにも地区センター、コミュニティハウス、市民図書室などの図書貸出施設が23か所あります。青葉区読書施設ガイドを活用し、ぜひ身近な施設に足を運んでみてください♪

電子版は
こちらから▶
(令和8年3月発行)

問 学校連携・こども担当　☎045-978-2345　fax045-978-2422

パパとママのセルフケア

11月は「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」期間です

毎日の子育ては喜びがある一方で、睡眠不足や疲れ、思うようにいかないことへのストレスを感じることもあります。
ストレスがたまると、夫婦喧嘩が増えたり、つい子どもにきつく接してしまったりすることがあり、子どもの心に影響を与える恐れもあります。
そんなときは、深呼吸や気分転換など、自分に合ったセルフケアを取り入れましょう。
一人で抱え込まず、家族や周囲の力を借りることも大切です。不安や悩みがあるときは、ぜひ区役所へご相談ください。



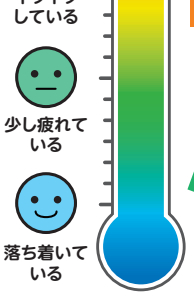
横浜市こども虐待防止
キャラクター「キャッピー」

イライラしたら、怒りの大きさに合わせて一休み

まずは今の気持ちをチェック!怒りの強さに合わせて、自分でできることを試してみましょう。



怒りの温度計



- **別室やベランダでクールダウン** — その場から少し離れることが大切です
- **誰かに相談** — 話すことで気持ちが軽くなります
- **ヨガやストレッチ** — 体をほぐしてリラックス
- **ゆっくり水を飲む** — ひと息ついてリフレッシュ
- **音楽を聴く** — 好きな音楽で気持ちをリフレッシュ
- **深呼吸** — ゆっくり息を吐いてみましょう

こども家庭相談
☎045-978-2460
区役所2階37番窓口
平日8時45分～17時
(祝日・年末年始を除く)

かながわ子ども家庭110番相談LINE
ID:@kana_kodomo110
月～土曜　9時～21時
(年末年始を除く)

よこはま子ども虐待ホットライン
☎0120-805-240
(24時間フリーダイヤル)

問 こども家庭支援課　☎045-978-2460　fax045-978-2422

青葉消防署×全日本プロレス 秋の防火フェア開催

コラボ!

～プロレスラーと一緒に火災から街を守ろう!～



日時 11月14日(土) ※荒天中止
11時～13時30分

会場 たまプラーザ テラス フェスティバルコート
(美しが丘1-1-2)



噴水ステージイベント

11時～11時10分	開会式
11時15分～11時35分	全日本プロレス防火ヒーローショー
11時40分～12時10分	日本体育大学ダブルダッチ部「乱縄」パフォーマンス・来場者参加型ダブルダッチ体験
12時15分～13時	全日本プロレスと一緒に消火器体験コーナー ～君も消防隊員になろう!～

プロレスラーと一緒に消火器体験ができます。
子どもも大人も大歓迎! 参加者にはプレゼントも!



バッテリーカー乗車体験や消防グッズプレゼントも!
あそびにきてね!

問 青葉消防署　☎/fax045-974-0119

アイコンの見方(各ページ共通)　必要事項(行事名、〒住所、氏名(ふりがな)、電話番号、往復はがきの場合は返信面)　〒住所　名氏名(ふりがな)
☎電話(番号)　fax ファクス(番号)　✉Eメール(アドレス)　齢 年齢　窓 窓口　WEB ウェブページ　往 往復はがき　八 はがき　返 返信用はがき持参　(着)必着　(消)消印有効
先 先着　抽 抽選　直 当日直接　時 日時・期間　場 会場　コ コース　対 対象・定員　¥ 費用　持 持ち物　講 講師・出演者　内 内容　保 保育　申 申込み　問 問合せ

●毎月11日以降のお知らせを掲載しています。　●先着順のものは、毎月11日から受け付けます。　●特に記載のないものは、参加料無料です。
●電話番号に市外局番の記載がない場合、市外局番は「045」です。　●掲載中のイベント等は中止・延期、内容が変更になる場合があります。事前にご確認ください。

今月のお知らせ AOBA INFORMATION

- 青葉区役所の開庁時間は8時45分～17時です。
- 青葉区役所の宛先は、〒225-0024 市ケ尾町31-4です。

募集・案内

マイナンバーカードの電子証明書の更新手続

電子証明書更新手続の案内が届いた人は、手続をお早めに!

電子証明書更新手続は予約制です。年度末にかけて予約が取りにくくなることが見込まれますので、案内が届いた人は、早めにお手続ください。手続の際は、比較的予約が取りやすい特設センターをご活用ください。

受付時間 青葉区役所 平日 8時45分～17時、第2・4土曜 9時～12時
センター北特設センター
月・火・金曜 11時30分～19時15分
土・日曜、祝日 9時～16時45分
場 青葉区役所2階20番、センター北
マイナンバー特設センター(都筑区中川中央1-30-1 プレミアヨコハマ4階)
対 電子証明書の更新手続きが必要な人
予約方法 ☎で横浜市マイナンバーカード専用ダイヤル(☎0120-321-590)か WEB
問 登録担当
☎978-2233　fax978-2418

■あおばマルシェの開催― 11月は地産地消月間 ポイント2倍!

区内でとれた新鮮な農産物などの直売
時 11月19日(木)11時30分～15時(売り切れ次第終了)　場 区役所1階区民ホール
直 ※区役所駐車場は有料です。
問 企画調整係
☎978-2216　fax978-2411

■鶴見川流域バスツアー ①A:上流域コース ②B:下流域コース

時 11月28日(土)①8時30分～12時頃 ②13時～17時頃
対 小学生以上 各23人(小学生は保護者同伴)
申 11月11日10時～18日17時に WEB か ☎か 必要事項、希望のコース、✉、参加者全員の氏名、齢を明記し、✉でふれあって流域鶴見川2026総合調整窓口(株)ニデア(☎568-7159　fax044-863-8382　✉nidea@neo.nifty.jp)へ。抽
※一つのコースのみ参加可、当日は記録用に撮影が入る場合があります。

■新治恵みの里(にいはる) コンニャク作り教室 ～横浜みどりアップ計画～

時 ①12月12日(土)②12月19日(土)各10時30分～12時30分　場 にいはる里山交流センター(緑区新治町887)
対 市内在住の個人、家族・グループ(2人まで) 各15組 ※小学生以上
¥ 1組1,600円(保険料含む、お土産付き)
申 ①11月15日20時から②11月16日20時から WEB 先
問 北部農政事務所農業振興担当
☎948-2480　fax948-2488

■農を身近に感じる寺家(じけ)ふるさと村ツアー

横浜の農業を学び、地産地消を体験
時 12月13日(日)13時～15時30分 寺家ふるさと村四季の家集合 ※小雨決行
対 25人　内 ツアー後、希望者にスイーツセット(有料)あり。詳細は横浜シティガイド協会 WEB 参照
申 11月11日から WEB か 必要事項、スイーツセットの要否を明記し、fax で横浜シティガイド協会(fax228-7693)または直接まちづくり調整担当(〒225-0024市ケ尾町31-4、区役所4階73番窓口
☎978-2217　fax978-2411)へ。先

■令和9年青葉区賀詞交換会

区内在住の人及び区に関係する団体や事業者が一堂に会し交流するとともに、新年を祝います。
時 2027年1月9日(土)12時～13時30分
場 青葉スポーツセンター　¥ 5,000円
申 必要事項を明記し、八で庶務係(〒225-0024 市ケ尾町31-4
☎978-2211　fax978-2410)へ。12月11日(着)

文化・芸術

区民ホールコンサート

- 第321回 お昼のミニコンサート あおば音楽ひろば

区内在住のプロの音楽家による演奏会
時 11月18日(水)12時15分～45分
場 区役所1階区民ホール 直
講 たんぽぽデュオ:林(はやし)はるか、佐藤(さとう) 眞理(まり)　内 ピアノ連弾
【曲目】スラブ舞曲 第10番 ホ短調 Op.72-2(A. ドボルザーク)、ラプソディ・イン・ブルー(G. ガーシュイン)
問 文化・コミュニティ係
☎978-2296
fax978-2413

■青葉区シニアいきいき芸能大会開催

時 11月21日(土)10時～16時
場 青葉公会堂 直
問 青葉区老人クラブ連合会事務局
☎/fax972-3076(平日9時30分～16時30分)

■まち活カフェ+(プラス) 「スマホフォト・ワークショップ」

広報のための「ストーリー」が伝わる写真の撮り方を学んで交流しましょう。
時 12月2日(水)10時～12時　場 区民活動支援センター　対 区内在住・在学・在勤で、まちづくりや地域活動に関心がある人 16人　保 1歳～未就学児 5人
申 11月19日までに WEB 抽
問 区民活動支援センター
☎978-3327　fax972-6311

地域の課題解決応援講座 「あおばちえのわ」第7弾 「自治会・町内会の底力 ～災害時に活きる人と人とのつながり～」

時 12月12日(土)10時～12時30分
場 区役所3階会議室
対 区内の自治会・町内会運営に携わっている人 20人
申 11月29日までに WEB 抽
問 地域力推進担当
☎978-2286　fax978-2413

青葉区まちづくり指針改定に向けたアンケート実施中

2040年に向けた新たな将来都市像とまちづくりの方向性を示すとともに、将来の人口構造の変化やまちのリニューアルを見据え、青葉区まちづくり指針を改定します。

「青葉区の魅力」や、「将来どんなまちにしていきたいか」など、青葉区への思いをお寄せください。

時 11月30日(月)まで　対 区内在住・在勤・在学の人
回答方法 WEB か回答用紙　回答用紙の配布・回収場所 区内地区センター・コミュニティハウス・地域ケアプラザ窓口
問 まちづくり調整担当　☎978-2217　fax978-2411

福祉保健センターからの教室・相談等のお知らせ

毎月11日以降のお知らせを掲載しています。
センター のマークは、会場が福祉保健センター

申込み・問合せ
●健康づくり係　☎978-2438～41　fax978-2419
●子育て支援担当　☎978-2456　fax978-2422
●こども家庭係　☎978-2459　fax978-2422

種類		日時	対象・内容など		会場	申込み・問合せ		
子育て	水色エプロン栄養士のお気軽食事相談コーナー							
	ゴックン・モグモグ離乳食	11月24日、12月8日(火)各14時～15時受付(4か月児健診と同日開催)	4か月～離乳期の子と保護者	持 母子健康手帳	センター 1階 ⑨番前	直		健康づくり係
	パクパク幼児食	11月12日・26日、12月10日(木)各14時～15時受付(1歳6か月児健診と同日開催)	1～2歳児と保護者					
	幼児期の食育	11月20日・27日(金)各14時～15時受付(3歳児健診と同日開催)	3歳～未就学児と保護者 年代に合わせた簡単な栄養相談と展示					
	こどもの食生活相談	11月11日、12月9日(水)各9時から、10時から、11時から(相談時間30分程度)	離乳期～学齢期の子の保護者 少食・偏食等、食事に関する個別相談	持 母子健康手帳	センター 1階 ⑱番	☎		
	離乳食教室	11月11日、12月9日(水)各13時30分～15時	7～9か月児と保護者 20組 手作りの離乳食を親子で食べてみよう。(離乳食中期頃の話、調理実演、試食)	持 母子健康手帳、スプーンほか	センター 1階 ⑱番	実施日の3週間前から WEB か ☎ 先		
	親子の歯みがき教室・お口の相談							
	ニコニコピカピカ歯みがき教室	11月26日(木)①9時40分～10時15分 ②10時25分～11時(5分前から受付)	0～1歳5か月児と保護者 各10組 仕上げ磨き用の歯ブラシ1本プレゼント!	持 歯ブラシ、母子健康手帳	センター 1階 ⑬番前	実施日の1か月前から WEB か ☎ 先		健康づくり係
	妊産婦・乳幼児歯科相談	11月20日(金)9時30分～11時	0歳～未就学児、妊産婦(妊娠中～産後1年未満の人) 15人			WEB か ☎ 先		こども家庭係
	プレパパ・プレママクラス	①12月12日(土)受付9時30分～40分(終了予定11時30分) ②12月23日(水)受付8時50分～9時(終了予定11時30分)	区内在住で初めて父親・母親(当日妊娠30～35週まで)になる人 ①12組 ②16組 育児体験実習(沐浴(もくよく)、衣類交換)ほか		ラフール センター 1階 ⑮⑯番	11月15日までに WEB 抽		子育て支援担当
福祉	若者のための専門相談	11月24日、12月8日(火)各13時30分～16時20分(相談時間50分・予約優先)	市内在住の15～39歳の人と家族 不登校やひきこもりなどの問題について、相談を受け付けています。		区役所2階相談室	☎でよこはま北部ユースプラザ(☎/fax948-5505)	―	よこはま北部ユースプラザ

特に記載のないものの問合せ、申込みは各施設へ。毎月11日以降のお知らせを掲載しています。アイコンの見方は9ページを参照してください。

スポーツ・健康づくり

■区民ハイク(多摩丘陵山歩き)
🕒11月15日(日)9時 小田急多摩線「唐木田駅」改札口集合(雨天時:11月22日(日)に延期) 🚃唐木田駅～よこやま道～中坂公園～小山田緑地～吊り橋～唐木田駅(歩行距離:約10キロメートル 上り下りともに登山道)
👤小学生以上(小学生は保護者同伴)
¥500円(交通費等は各自負担)
持雨具、手袋、軽登山靴、ストック、飲み物、弁当、保険証
申不要。直接集合場所へ。
問青葉区スポーツ協会ハイキング部 柳
☎080-1361-8787

■ウオーキングイベント
せせらぎ公園紅葉狩りコース(約5キロメートル)
🕒11月28日(土)9時30分から
🏢市営地下鉄ブルーライン「センター南駅」集合、せせらぎ公園解散
持飲み物
申不要。直接集合場所へ
問上谷本地区保健活動推進員 井上
☎080-1099-4964

■青葉みんなでボッチャ大会
🕒12月13日(日)9時30分から(受付9時から) 🏢青葉スポーツセンター
👤区内在住・在勤・在学で小学生以上の3人のチーム 48組
¥1人300円(保険料含む)
申11月11日～30日に代表者の必要事項、メンバーの氏名、齢、要配慮事項の有無を明記し、faxか✉で青葉区さわやかスポーツ普及委員会事務局(☎640-0014 fax640-0024 ✉sawayaka@yspc.or.jp)へ。着抽

■日体大スポーツフェスタ
🕒12月13日(日)9時30分～13時10分
🏢日本体育大学横浜・健志台キャンパス(鴨志田町1221-1)
👤小学生 160人 ¥500円
申11月23日までに WEB 抽
問日本体育大学社会連携センター
☎03-5706-0911

■青葉区民オープン3ダブルス卓球大会
🕒2027年1月11日(月・祝)9時から
🏢青葉スポーツセンター
👤区内在住・在勤・在学及び近隣の愛好家、連盟登録チーム
¥1チーム4,000円
📋1チーム4～6人でダブルスによるチーム戦
申代表者の必要事項、大会名、チーム名、選手名、齢、性別を明記し、往で青葉区卓球連盟 田中 恵子(〒227-0046 たちばな台2-4-20 ☎/fax961-5964)へ。11月27日着

■青葉区民初心者卓球タイム
🕒2027年1月12日～3月23日の火曜(2月23日を除く) 19時～20時45分 全10回 🏢青葉スポーツセンター
👤区内在住・在勤・在学の高校生以上
¥1人6,000円
申必要事項、齢、性別を明記し、往で青葉区卓球連盟 田中 恵子(〒227-0046 たちばな台2-4-20 ☎/fax961-5964)へ。12月18日着 ※1枚で家族分を連記可

子育て

■第25回 青葉おはなしフェスティバル2026
地域で活動する読書団体による絵本の読み聞かせや朗読など
🕒12月6日(日)11時～15時55分(10時45分開場)
🏢山内地区センター 直
問山内図書館
☎901-1225 fax902-4492

福祉・保健

■元気の出る家族教室 SST勉強会「あなたの息子(娘)さんと肯定的に話すコツを見つけよう」
🕒11月12日(木)13時30分～16時
🏢区役所3階会議室 直先 👤30人
問障害者支援担当
☎978-2453 fax978-2427

■血糖値やコレステロールが気になる方の健康相談
🕒11月17日(火)、12月3日(木)各9時15分から、10時から、11時から、13時から、14時から、15時から(相談時間1時間程度) 🏢福祉保健センター3階63番
👤血糖値やコレステロールが気になる人とその家族
申WEB か☎で健康づくり係(☎978-2438 fax978-2419)へ。

■第32回青葉区社会福祉大会 ～誰もが"お互いさま"と思えるまち 青葉区～
🕒12月9日(水)13時30分～15時30分
🏢青葉公会堂 直
📋第1部:社会福祉功労者表彰式典
第2部:青葉かがやく生き生きプランの事例発表やパネルディスカッション等
問事業企画担当
☎978-2436 fax978-2419

■若者支援セミナー・相談会 ①セミナー②個別相談会
🕒12月9日(水)①14時～14時45分(受付開始13時30分)②14時50分～16時50分 🏢区役所4階会議室
👤市内在住の15～39歳の人と家族、支援者、地域の人 ①30人 ②6組
申①直②☎か必要事項を明記し、✉でよこはま北部ユースプラザ(☎948-5505 ✉mail@kitapla.jp)へ。先
問こども家庭係
☎978-2459 fax978-2422

今年度がん検診をまだ受けていない人へ！ ～自覚症状のない今、がん検診を受けましょう～
「自覚症状がないから大丈夫」とがん検診を先延ばしにしていませんか？がんは生涯のうち、2人に1人がかかると言われています。
がんを早期発見するためには、自覚症状がないうちから、がん検診を定期的に受けることが大切です。
問横浜市けんしん専用ダイヤル ☎664-2606 fax664-3851(月～土曜、8時30分～17時15分、祝休日及び年末年始は除く)/健康づくり係 ☎978-2438 fax978-2419

区民招待 横浜F・マリノスサッカー観戦
横浜F・マリノスが主催するJリーグの試合(V・ファーレン長崎戦)に、ペアでご招待。
🕒12月13日(日)13時キックオフ
🏢日産スタジアム(港北区小机町3300)
👤区内在住の人 100組200人
申11月22日までに WEB 抽
※抽選結果は11月27日にLINEで連絡
問トリコロールメンバーズ事務局
☎285-0677



谷村 海那 選手

施設からのお知らせ
特に記載のないものの問合せ、申込みは各施設へ。
毎月11日以降のお知らせを掲載しています。

イベント情報はこちらからも!
横浜市 市民利用施設等イベント情報 検索

山内図書館
〒225-0011 あざみ野2-3-2
☎901-1225 fax902-4492
休館日:11月24日(火)

■スマホで図書館をつかおう
🕒11月19日(木)11時～12時 申直

■じぶんだけの詩をかこう!
🕒11月28日(土)13時30分～15時
👤小学校3年生以上 20人
申11月11日9時30分から窓かWEB先

男女共同参画センター横浜北
〒225-0012 あざみ野南1-17-3(アートフォーラムあざみ野内)
☎910-5700 fax910-5755
休館日:毎月第4月曜
※保育あり(予約制・有料)1歳6か月～未就学児、4日前(休室日の場合はその前日)までに子どもの部屋(☎910-5724(9時～16時(12時～13時30分を除く)、月・火曜休室))へ申込み

■心とからだを整える産後のセルフケア
🕒12月11日(金)10時～11時30分
👤産後2か月以降の女性 16人(生後210日までの子1人同伴可) ¥1,100円
申11月11日～15日に WEB 抽

■あざみ野しごとカフェ
🕒12月19日(土)13時30分～15時30分
👤再就職を目指す女性 12人
¥1,300円(お茶代含む)
申11月11日から WEB 先

青葉公会堂
〒225-0024 市ケ尾町31-4
☎978-2400 fax978-2420
休館日:毎月第3月曜(祝日の場合は翌平日)

■春風亭小朝独演会
🕒2027年2月6日(土)14時開演(13時30分開場) ¥3,800円(全席指定)
申11月13日10時から窓

美しが丘西地区センター
〒225-0001 美しが丘西3-60-15
☎903-9204
fax903-9206
休館日:毎月第3火曜(祝日の場合は翌平日)

■マイナス5歳を目指す Dancing Ageless体操
12月4日(金)・14日(月)、2027年1月8日(金)・18日(月) 10時～11時30分 全4回 15人
申11月11日10時から☎で介護老人保健施設 青葉の丘(☎904-2255)へ。先
※詳細は介護老人保健施設 青葉の丘へ

■みんなで書き初めIN美しが丘西
12月25日(金)10時～11時30分
小学校3年生～中学生 10人
¥500円
申11月12日10時から☎か窓先

山内地区センター
〒225-0011 あざみ野2-3-2
☎901-8010
fax901-5544
休館日:毎月第3月曜(祝日の場合は翌平日)

申(共通)11月11日0時からWEB、10時から☎か窓先

■冬のおもてなし料理
12月3日(木)10時～14時
12人 ¥3,500円

■クリスマスジャズコンサート ①第1部 ②第2部
12月18日(金)①17時30分～18時30分②19時～20時
小学生以上 各70人※小学生は保護者も要応募 ¥各500円
得田(とくだ)サトシ、吉本(よしもと)ヒロ、入船(いりふね) 裕次(ゆうじ)

大場みすずが丘地区センター
〒225-0016 みすずが丘23-2
☎974-0861 fax974-0862
休館日:毎月第2火曜(祝日の場合は翌平日)

■丘の上音楽祭～芸術の秋に、音楽と共に過ごす一日～
混声・女声コーラスやアンサンブル、若手シンガーソングライターのスガカオルによるフィナーレを実施
11月23日(月・祝)10時～15時
70人 申直先
※駐車場使用不可

藤が丘地区センター
〒227-0043 藤が丘1-14-95
☎972-7021 fax972-7031
休館日:毎月第4火曜(祝日の場合は翌平日)
※行事の詳細はWEB参照

申(共通)11月11日0時からWEB、9時30分から窓、10時から☎先

■青葉区コンサート・キャラバン ～ギター&アコーディオン～
12月6日(日)13時30分～14時30分
50人

■簡単手作りパン教室 グラタンパンとチョコクランベリー
12月12日(土)10時～13時
16人 ¥2,500円

若草台地区センター
〒227-0045 若草台20-5
☎961-0811 fax961-1632
休館日:毎月第2月曜(祝日の場合は翌平日)

申(共通)11月12日0時からWEB、10時から☎か窓先

■地域のおしごと学んで&体験ラボ 革職人さんと作る革巾着
12月12日(土)11時～12時
小学生 10人 ¥1,200円

■スプンクの大人のおはなし会「しわすのひととき」
12月19日(土)10時30分～11時30分 20人

奈良地区センター
〒227-0036 奈良町1843-11
☎963-5380 fax963-5381
休館日:毎月第2火曜(祝日の場合は翌平日)

申(共通)11月11日6時からWEB、10時から☎か窓先

■パワーコーラス ASUMO クリスマスコンサート
12月20日(日)14時～15時
60人

■小学生のための習字教室
12月26日(土)10時～11時30分 小学生 10人
¥500円

大場地域ケアプラザ
〒225-0023 大場町383-3
☎975-0200 fax979-3200
休館日:毎月第4日曜

申(共通)11月11日から☎か窓先

■発達が気になる子どものペアレント相談室
発達が気になる子の親に向けたペアレントトレーニング
12月14日(月)10時～11時30分
発達が気になる子の保護者 8組

■高齢者の住まいと施設の種類
自分らしい今後の「暮らし方」について
12月15日(火)10時～11時 50人

老人福祉センター横浜市ユートピア青葉
〒227-0044 もえぎ野4-2
☎974-5400 fax 507-3722
休館日:毎月第3月曜

■横浜柿の木台郵便局共催 高齢社会に向けた生活の不安解消セミナー第2回
12月8日(火)10時～11時30分
市内在住の60歳以上の人 40人
申11月12日から☎か窓先

青葉台地域ケアプラザ
〒227-0062 青葉台2-8-22
☎988-0222 fax985-1588
休館日:毎月第3日曜

■あっとほーむAOBA
考え方の癖を見つめることで、自分の口癖や行動の癖、怒りやすいポイントを考えます。
12月11日(金)10時～12時
小学生以上の子の保護者 申直

鴨志田地域ケアプラザ
〒227-0033 鴨志田町547-3
☎961-6911 fax960-6011
休館日:毎月第3月曜

申(共通)11月11日から☎か窓先

■フルートとピアノコンサート
11月14日(土)13時～15時
小学生以上 30人 ¥500円

■生け花を使ったクリスマスリース作り
①11月19日(木)10時～12時②11月21日(土)13時～15時 高校生以上 各15人 ¥各2,000円程度(要問合せ)

恩田地域ケアプラザ
〒227-0066 あかね台2-8-4
☎988-2010 fax988-0901
休館日:毎月第4月曜

■恩田GOGO!健康教室
11月26日、12月3日・10日・17日(木)各13時30分～14時30分
桂台コミュニティハウス(桂台1-4 桂小学校内) 60歳以上 各20人
申11月11日から☎か窓先

■なごみサロン ハワイアンクリスマスコンサート
12月2日(水)13時45分～15時 申直

荏田コミュニティハウス
〒225-0012 あざみ野南1-4-1
赤田東公園内 ☎/fax479-1149
休館日:毎月第2水曜(祝日の場合は翌平日)

申(共通)11月12日から☎か窓先

■クリスマスクラフト ①カルトナージュで作るプチランタンハウス ②フラワーアレンジメント ③OYAKOクラフト～スノードームを作ろう!～
①12月4日(金)10時～12時②12月6日(日)10時～11時30分③12月20日(日)10時～11時 ①②10人③幼稚園年中相当～小学生と保護者 8組
¥①1,000円②3,300円③500円

■おはなし☆パラダイス
12月22日(火)10時30分～11時
親子 8組

荏田西コミュニティハウス「絆(きずな)ハウス」
〒225-0014 荏田西1-4-2
荏田富士塚公園内 ☎/fax507-1213
休館日:毎月第4月曜(祝日の場合は翌平日)

申(共通)11月11日から☎か窓先

■クリスマスのフラワーアレンジメント
12月6日(日)13時30分～15時
10人 ¥3,300円

■～藤が丘・荏田西協働事業～青葉区中部の郷土史探訪「ヒマラヤ桜と藤が丘の大山街道」
12月14日(月)9時15分受付・藤が丘地区センター集合、12時現地解散 ※荒天の場合12月21日(月)
15人 ¥700円

青葉台コミュニティハウス「本の家」
〒227-0062 青葉台2-25-4
☎981-1400 fax981-9883
aobadai@h02.itscom.net
(自主事業申込専用)
休館日:毎月末日

■フライデーヨガⅢ
12月4日～2027年2月19日の金曜①15時15分～16時15分②16時30分～17時30分③17時45分～18時45分 各全11回 女性 各20人 ¥各5,000円(全回分) 申必要事項、齢を明記し、か往11月15日(着)抽

■リフレッシュボイストレーニング
12月17日(木)15時30分～16時30分
20人 ¥1,000円
申11月11日から☎か窓先

寺家(じけ)ふるさと村 四季の家
〒227-0031 寺家町414
☎962-7414
fax962-6321
休館日:火曜(祝日の場合は翌平日)、12月9日(水)

■JIKE(じけ)マルシェ
区内でとれた新鮮な農産物や農産加工品を販売します。17店舗(予定)が四季の家館内外に並びます。
12月8日(火)10時30分～14時30分(売り切れ次第終了)
※火曜ですが開館しています。※雨天決行
※公共交通機関をご利用ください。

くろがね青少年野外活動センター
〒225-0025 鉄(くろがね)町1380
☎973-2701
fax972-1093

持(共通)WEBで要確認

■たき火で焼きいも
12月6日・13日(日)・17日(木)・23日(水)、2027年1月5日(火)、11日(月・祝)、17日・24日(日)各14時～15時
子を含む8人程度までの家族・グループ 各10組 ¥3歳以上 1人400円(イモ追加可 1個200円)
申11月16日～実施日3日前に☎先

■のしもちつくり
12月20日(日)10時～10時45分、10時50分～11時35分、11時40分～12時25分、12時30分～13時15分、13時20分～14時5分 小学生以上の子を含む5人程度までの家族・グループ 各3組
¥1組 5,000円(保険料含む)
申WEBか必要事項、齢、学年、性別を明記し、往11月9日～23日(消)抽

特に記載のないものの問合せ、申込みは各施設へ。毎月11日以降のお知らせを掲載しています。アイコンの見方は9ページを参照してください。

谷本公園（やもと）

〒227-0042 下谷本町31-10
☎/fax511-7366

■おちばで遊ぼう～秋の自然観察会～

🕒11月21日(土)10時～11時
👤小学生以下の子と保護者 8組
申11月11日～19日に☎か窓先

■球技場無料開放&インクルーシブスポーツ体験会

🕒12月5日(土)10時～16時（インクルーシブスポーツ体験は10時～12時）
申直 ※詳細はWEB参照

田奈恵みの里

〒227-0064 田奈町52-8
JA横浜田奈支店組織係
☎981-1811 fax981-1839
✉tanamegumi_1999@yahoo.ne.jp

■こんにゃく作り教室

🕒12月5日(土)9時～11時30分
👤青葉区・緑区在住の人 20人
¥2,000円
申必要事項、齢を明記し、ハかfaxか✉11月20日(着)抽

■うどん作り教室

🕒12月19日(土)9時～13時頃
👤青葉区・緑区在住の人 16組（1組2人まで） ¥1組2,000円
申必要事項、齢を明記し、ハかfaxか✉11月30日(着)抽

青葉区民文化センターフィリアホール

〒227-8555 青葉台2-1-1
東急スクエア本館5階
☎985-8555 fax985-8560
申チケットセンター ☎982-9999
休館日:毎月第3水曜 定員:500人
※未就学児入場不可(12月24日を除く)

■しましまのおんがくたい×José（ジョゼ） 親子で楽しむラテン・クリスマス

🕒12月24日(木) 11時～11時45分
¥1,000円(小学生以下500円)
しましまのおんがくたい、José
申11月11日11時から WEB



横浜市民ギャラリーあざみ野

〒225-0012 あざみ野南1-17-3
(アートフォーラムあざみ野内)
☎910-5656 fax910-5674
休館日:毎月第4月曜
※保育あり(予約制・有料) 1歳6か月～未就学児、4日前(休室日の場合はその前日)までに子どもの部屋
(☎910-5724(9時～16時、月・火曜休室))へ申込み

■フェローアートギャラリーvol.59 西澤（にしざわ） 美枝（みえ） 展

🕒11月29日(日)まで 9時～21時
申直

■細倉（ほそくら） 真弓（まゆみ）アーティストトーク

🕒2027年1月23日(土)15時～16時
👤12歳以上 50人
申12月5日10時から WEB 先

こどもの国

〒227-0036 奈良町700
☎961-2111 fax 962-1366
休園日:毎週水曜(祝日の場合は開園)
入園料:大人800円、高校生600円、小・中学生300円、幼児(3歳から)200円、65歳以上平日のみ500円(要証明提示)※行事の詳細はWEB参照

■秋の自然つめあわせ

好きな秋をオリジナルの箱に集めてみよう。
🕒11月30日(月)まで
🏢正面入口案内所
¥1箱200円(解説ガイド付き) 申直

■もみじのかざぐるま

🕒11月21日(土)～23日(月・祝)10時～15時 ※雨天中止
🏢ボートのりば前 申直

青葉区地域子育て支援拠点

ラフール

〒227-0062 青葉台1-4[6階]
☎981-3306 fax981-3307

ラフール サテライト

〒225-0024 市ケ尾町1152-25[1階]
☎979-1360 fax979-1361
(共通)休館日:日・月曜、祝日(月曜が祝日の場合は翌火曜も)
ひろば開催時間:10時～16時
★印企画への参加は、利用登録を済ませてから
ラフ→ラフール開催
サテ→ラフールサテライト開催

ふらっとラフールたちばな台

〒227-0046 たちばな台1-2-14
たちばな台町内会館
出張ひろばを開催しています。
🕒11月13日・20日・27日、12月4日(金)各10時～15時 申直

■妊娠期向け企画★
①赤ちゃんのお世話プチ体験
②赤ちゃんを迎える準備会
③ラフール見学デイ

🕒①サテ11月14日(土)10時～11時30分、11月21日(土)14時～15時30分
ラフ12月9日(水)10時～11時30分
②ラフ11月27日(金)10時～11時30分
③サテ12月2日(水)11時30分～12時30分 👤区内在住の妊婦（経産婦を含む）①サテ各4組 ラフ3組②3組
申①②前日までに☎か窓先 ③直

■ひろば内子育て講座「ことばとコミュニケーションの育ちについて」★

🕒サテ12月1日(火)14時～15時
👤0歳～未就学児と家族、妊婦と家族
申直（個別相談は、前日までに☎か窓かWEB）

善意銀行への寄付

特定非営利活動法人たまプラーザ学童保育の会 様
イトーヨーカドー労働組合たまプラーザ支部 様
有限会社 大真（だいしん） 様　匿名1件　ありがとうございました。
問青葉区社会福祉協議会 ☎972-8836 fax972-7519

第4回「わたしのまちの“ちふく”」

青葉区地域福祉保健計画マスコットキャラクター あおちゃん



みんなが幸せで暮らしやすいまちにするための地区活動を紹介するよ！

第5期 青葉かがやく生き生きプラン（青葉区地域福祉保健計画）

問事業企画担当
☎045-978-2436 fax045-978-2419
区WEB

青葉台地区

めざしたいまちの姿：みんなが活躍し、ふれあいが深まるかがやくまち

「福祉まつり」

青葉台地区では毎年「福祉まつり」を開催しています。これまでも皆さんに楽しんでいただける内容を考えながら開催してきました。

今後も、高齢者体験など福祉を身近に感じられるよう工夫していきます。

日々の暮らしの中で地区活動を知り、参加し、ふれあいが深まることで地域がより良い居場所となるよう取組を進めます。



2026年の福祉まつりの様子

地区の地域ケアプラザ：青葉台地域ケアプラザ(☎045-988-0222)
さつきが丘地域ケアプラザ(☎045-972-4769)

奈良地区

めざしたいまちの姿：みんなにやさしく活力のあるまち

「すこやか会」

地域にお住まいの高齢の方を対象にした昼食会を開催しています。地域ケアプラザ等の職員による血圧測定や健康講話、ボランティアによるいろいろな演芸の後、お弁当を食べながらおしゃべりを楽しんでいます。

開催日：第4金曜（8・9月除く）
開催時間：11時～13時　回数：10回/年
場所：奈良地区センター　参加費：500円/回

※参加ご希望の方は、事前登録が必要です。お住まいの地域の民生委員へご相談ください。



すこやか会の様子

地区の地域ケアプラザ：奈良地域ケアプラザ(☎045-962-8821)

「広報よこはま」・「県のたより」は自治会・町内会などを通じて配布しています。